

TT temas toledanos



Instituto Provincial
DE
Investigaciones y Estudios
Toledanos

DIPUTACION PROVINCIAL
Plaza de la Merced, 4
TOLEDO

42

viaje alrededor de la
gastronomía toledana

enrique garcía-moreno amador

i.p.i.e.t.

diputacion prov. de toledo

TT **temas**
toledanos

director de la colección

Julio Porres Martín - Cleto

consejo de redacción

Ricardo Izquierdo Benito, José Gómez - Menor Fuentes
Ventura Leblíc García y Juan Sánchez Sánchez

colaboradores

José María Calvo Cirujano, Rafael del Cerro Malagón
Fernando Martínez Gil e Isidro Sánchez Sánchez

dirección artística e ilustraciones

José Luis Ruz

Administración

I.P.I.E.T.
Diputación Provincial
Plza. de la Merced, 4. Telf. 22 52 00
TOLEDO

7.7 42

Enrique García-Moreno Amador

**VIAJE ALREDEDOR DE LA
GASTRONOMIA TOLEDANA**

Publicaciones del I.P.L.E.T.
Serie VI. Temas Toledanos.

Depósito Legal: TO. 175/1985

ISBN: 84-00-05850-X

Imprime: Ediciones Toledo, S.L.

**INSTITUTO PROVINCIAL DE INVESTIGACIONES
Y ESTUDIOS TOLEDANOS**

Enrique García-Moreno Amador

**VIAJE ALREDEDOR DE LA
GASTRONOMIA TOLEDANA**

**Toledo
Diputación Provincial
1985**

INTRODUCCION

En cierta ocasión y en una reunión de industriales del ramo de hostelería a la que fui invitado como simple informador, tuve la oportunidad de oír las quejas de numerosos propietarios de restaurantes y hospederías. Se sentían desolados al no poder contar con una guía culinaria que cantase las excelencias de la riquísima cocina toledana, una de las más ricas y variadas de todas las tierras de España.

Enseguida tomé el testigo que aquellos hombres y mujeres me proporcionaban y lo recibí como un reto personal. Rápidamente inicié una lenta recopilación de recetas ancestrales de la más típica cocina toledana. Y la labor no fue nada fácil; no era corriente que un hombre se interesara por estos temas ante muchísimas mujeres de avanzada edad, auténticos altares vivientes encargados de atesorar lo más tradicional de nuestra propia cocina.

Hoy, gracias a esas personas, ayuntamientos y autoridades locales de muy diversas localidades he podido ir reuniendo al cabo de tres largos años una muestra de lo que es la cocina toledana, restringida, eso sí, ya que la publicación de "Temas toledanos" no permite una extensión más amplia. Desde aquí quiero expresar mi deseo de dedicar este libro a todas aquellas personas, que aún saben valorar esas pequeñas cosas que la vida nos depara día a día. A todos aquellos que aún hacen de una buena mesa, la fiesta hogareña y sencilla, la alegría ilusionada de unas miradas agradecidas.

Quiero dedicarlo igualmente al pueblo toledano que es en definitiva el gran artífice de este humilde trabajo, que no pretende más que enriquecer los conocimientos específicos de nuestra tierra toledana.

Finalmente, con este libro quiero rendir un homenaje a la mujer que hoy reina en nuestras tierras, esa ama de casa abnegada y eficiente que ha hecho de su cocina la galería del arte más exquisito.

A tí mujer, gracias. Porque todo lo bueno que hay en mí, te lo debo a tí.

Después de leer el libro de mi gran amigo Enrique, he quedado gratamente sorprendido al comprobar la sensacional labor de recopilación que ha llevado a cabo en favor de la Cocina Española en general y de la Manchega en especial.

Al mismo tiempo se conjugan platos inéditos hasta hoy, con recetas popularísimas de la cocina más tradicional.

Como Mesonero Mayor de la Mancha me atrevo a calificar la obra, como compendio absoluto del arte culinario de nuestro pueblo manchego.

Por todo ello me atrevo a predecir un sensacional éxito de este recetario, entre todos aquellos que de una manera u otra amen y sientan lo que de verdad hay en nuestras almas de manchegos.

Una buena mesa ha sido marco incomparable de importantes cambios en la Historia de España, es por ello que muchos acontecimientos se desarrollaran alrededor de un buen plato de caza y una jarra de fresco, digestivo, oloroso y siempre buen vino de La Mancha toledana.

A través de estas líneas quiero dejar fiel testimonio de la admiración que siento por mi gran amigo que me honra con su amistad.

MIGUELIN
Mesonero Mayor de La Mancha.
NOBLEJAS (Toledo)

SOPAS LOMINCHAR

En una sartén y a modo de picadillo se echan trozos pequeños de cebolla, pimiento, tomate, ajo y una hojita de laurel. Tras hacer un pequeño refrito se le añaden unos trozos de ala de pollo. Tras unos minutos de hervor a fuego lento, se le añade unos trozos de lomo fresco, partidos en daditos y más tarde un vaso de buen vino blanco de la tierra, no sin antes haberle incorporado una cucharadita de pimentón dulce.

Cuando todos los ingredientes estén dorados, se le añaden tres tazones de agua, dejando hervir durante quince minutos.

En una rustidera o tartera baja antiadherente se ponen unas yemas batidas a las que meteremos al horno hasta que estén cuajadas. Más tarde partiremos esta especie de flan en pequeños cuadritos. Estos los añadiremos a la sopa con una ramita de perejil. A los cinco minutos, las sopas gloria estarán listas para servir.

Estas sopas Lominchar o de gloria, denominadas también por ser propias del Domingo de Gloria, son típicas de la localidad de donde tomó su nombre, aunque ya se sirven en algunos restaurantes de la Mancha toledana.

SOPAS DE ATASQUE

En una cacerola se calientan bien, dos buenas cucharadas de manteca y se fríe en ella jamón cortado en pedacitos; después de fritos se separan de la manteca, friendo en ella cebolla picada y cuando esté dorada se agrega el jamón ya frito y una lata de tomate, más o menos grande, según la cantidad de arroz que se necesite. Luégo que el tomate haya hervido un rato junto con el jamón y la cebolla, se le echa el arroz, previamente limpio, se le hace sofreír otro tanto y echándole el caldo suficiente, en la proporción de dos tazas de caldo por una de arroz, se le añaden unos pimientos morrones, un poquito de sal y se le deja hervir a fuego lento, poniéndola luego al horno hasta que se seque. Si se quiere se moldea.

Como puede apreciarse, tiene cierta semejanza con la paella valenciana, aunque lógicamente con las suficientes variantes como para conservar su propia personalidad.

Este plato, es curioso al comprobar como su principal ingrediente no es usado con profusión en la cocina manchega, sin em-

bargo, lo gracioso está en el significado de su nombre “Sopa de Atasque” ya que era un plato recomendado por mesoneros y posaderas a los que andaban por caminos de la Mancha toledana un poco “suelos”. Este plato es típico de El Romeral, aunque también se le conoce en Santa Cruz de la Zarza.

SOPAS TONTAS

Con un buen caldo obtenido de la cocción de una buena caña de vacuno y un buen hueso de jamón curado, podemos obtener unas magníficas sopas, llamadas tontas, por aparentar una cosa y ser otra bien distinta.

Se prepara este plato, típico de la Sagra toledana (Cobeja y Pantoja principalmente) de la siguiente manera: Al caldo que hayamos obtenido anteriormente se le añade la ralladura de dos patatas grandes, previamente mondadas y con el caldo en plena cocción. Las patatas ralladas deben incorporarse poco a poco sin dejar de dar vueltas por ningún concepto. Una vez hecha esta operación se pasa a fuego lento hasta que la patata se haya ablandado.

Al tiempo de servirla, se pasa por un colador a fin de que no lleve trozos de patata, agregándose unos cuadraditos de pan frito.

SOPAS AL SEÑORITO

Póngase a la lumbre un cazo con un litro de agua aproximadamente, un poco de manteca fresca y sal; cuando empieza a hervir se retira a un lado del fuego y se le agrega una tacilla de harina; se pone nuevamente a la lumbre, removiendo muy aprisa para que no se formen grumos. Luego que esté bien cocida la masa y tan dura apenas pueda removérsela, se la separa del fuego y se le añade un huevo, luego otro sin dejar de batir con una cucharada de madera. Déjese enfriar la masa y fríase luego por pequeñas porciones en aceite muy caliente, echándolas en el caldo que ya tendremos preparado al gusto del consumidor, pudiendo tomar como referencia cualquiera de los mencionados anteriormente.

(Nota: La cocina toledana basa muchos de sus guisos en caldos anteriormente preparados y que siempre se guardan como salda airosa para cualquier preparado)

Las Sopas al Señorito es un plato típico de la zona toledana limítrofe con la provincia de Cáceres.

SOPA DE AJO ARRIERO

Consuegra y Madridejos también tiene una sensacional cocina y como una muestra de ello ofrece este plato típico, tan sabroso como sencillo.

En una sartén se ponen a fuego lento unas rodajas de tocino fresco entreverado. Una vez obtenida la grasa suficiente, se apartan los torreznos o quemadillos y se doran siete u ocho ajos sin pelar a los que previamente se les hizo un breve corte. Segundos antes de apartarlos se les añade un poquitín de sal y una cucharadita de pimentón un poco picantillo, para inmediatamente añadir medio litro de agua. Tras cinco minutos de cocción, se le añade un buen plato de rodajitas de pan moreno de rica hogaza. Cuando el pan absorbió todo el caldo, se le añade un huevo por cada comensal y encima de ellos los torreznos antes apartados. Se tapa el cuenco de barro y se dejan que se cuajen un poco los huevos.

El plato se servirá muy caliente, acompañándole con un buen vino toledano, preferiblemente tinto de la parte de Méntrida. La conversación y un ambiente confortable hará el resto.

SOPA DE VENDIMIA

Se cortan en rodajas de un centímetro de espesor unas patatas. Posteriormente partiremos en dados bacalao, anteriormente desalado y de mucho grosor.

En un puchero de barro, se pone un poco de aceite en el que se fríen unos ajos, se añaden un par de puerros, después el bacalao y posteriormente las patatas, con intervalos de tres o cuatro minutos. A continuación se hace un majado con ajos, perejil y pimienta, se agrega al caldo y se continúa la cocción, hasta que las patatas estén tiernas y el guiso tome la consistencia de un potaje, se rectifica de sal, no abusando y se sirve en la misma olla de barro.

Las calorías serán suficientes como para aguantar un día de trabajo en pleno viñedo, sobre todo, si como postre tomamos un dorado transparente, azucarado y maravilloso racimo de uvas con

una buena rodaja de pan casero cocido en horno de tomillo, romero y mejorana con algún sarmiento por añadidura.

Esta Sopa Vendimia se toma en la Mesa de Ocaña a partir del mes de Octubre que es cuando da comienzo la recolección de la uva.

GACHAS TOLEDANAS

Se pone a calentar el aceite en una sartén y se fríen en él unas salchichas frescas de cerdo, hígado de cerdo cortado en pequeños trozos, tocino fresco de panceta en la misma forma y patatas cortadas en daditos. Las patatas, las salchichas y el hígado una vez fritos se sacan a un plato.

En la grasa se echan unas cucharadas de harina de almortas, moviendo sin cesar hasta que esté perfectamente dorada e incorporada la grasa. Entonces se añaden unos cacillos de agua templada y se deja cocer, moviendo siempre con la paleta, para que no se hagan grumos, hasta que se consigan las gachas y queden un poco espesas.

El hígado se machaca con un poco de alcarava y se mezcla con las gachas, dejándolas cocer un rato. Se prueba a ver si tiene suficiente sal; se colocan encima las salchichas y patatas fritas anteriormente y se sirven bien calientes.

GAZPACHO DE LA VERA

Se remoja pan de hogaza por espacio de media hora.

Se machacan unos tomates rojos, un par de pepinos, una cebolla, un diente de ajo, sal y un poquitín de cominos. Se pasa todo por un chino.

Una vez escurrido el pan se machaca con un tenedor hasta que quede todo absolutamente migado. Se le añade la pasta resultante del chino y se adereza todo con buen aceite de oliva y vinagre. Una vez batida bien la pasta se le añade agua fresca, trocitos de manzana, uvas y unos cuadraditos de tomate. Se sirve muy frío.

SOPA PARTURIENTA (Típica de Noblejas)

En una fuente se tiene preparado el picadillo que ha de llevar esta sopa de recia raigambre en La Mancha toledana y más concretamente en la localidad de Noblejas.

El picadillo estará compuesto por unos trocitos de higaditos de pollo, unas mollejas de ave, trocitos de jamón serrano, lomo fresco de cerdo partido en daditos, tripas troceadas y escaldadas de pollo y un poquitín de magro.

En primer lugar se fríe el aceite de oliva, cebolla partida muy finamente, pimientos verdes, tres dientes de ajo, una hoja de laurel y un poco de perejil, a fuego muy lento evitando así arrebatar el sofrito. Cuando empieza a dorarse se le añaden los trozos del picadillo anteriormente relacionado, empezando por las mollejas de pollo por ser estas las más duras y siguiendo el jamón serrano lomo fresco, magro, etc.

Cuando todo esté bien cocido, se cuela todo, dejando el picadillo aparte en un plato, el caldo limpio en la cacerola y el sofrito retirado definitivamente.

De nuevo se le vuelve a añadir el picadillo al caldo y se le deja dar un hervor que es cuando se le incorpora arroz en cantidad suficiente, como para una sopa. En el momento de servirlo se le picará un huevo duro.

El arroz puede sustituirse por rebanadas de pan.

PUCHES SAGREÑAS

Las puches tienen una forma muy parecida de cocinarse con las gachas, siendo tal vez la variante más significativa, el no llevar hígado, ni patatas en la realización de este típico cocinado sagreño, manteniéndose el tocino y las salchichas o chorizos frescos, así como el harina de almortas. Por lo demás la técnica es la misma que la preparación de las gachas.

MIGAS DE LOS MONTES DE TOLEDO.

Se parten en pequeñas y finas lonchas un par de panes candelas, depositándolas cuidadosamente en un recipiente amplio

de bastante superficie. Una vez colocadas se le echan por encima agua con sal, sin empaparlas demasiado, aunque sí debe tener la suficiente humedad.

Con aceite de oliva se freirán unos cuantos trocitos de panceta. Una vez frita esta se aparta y en la grasa se doran seis o siete dientes de ajo sin pelar y con una leve rajita para que no salten. Una vez dorados los ajos se apartan y se añade el pan al aceite, no dejando ni un instante de cortar y cortar con una espumadera o espátula, hasta conseguir un granulado dorado en la sartén y siempre a fuego lento. Esta labor resulta pesada y laboriosa, sin embargo es indispensable, ya que las migas, han de estar doradas, sueltas y granuladas con nada absolutamente de grasa, ni caldo.

Las migas de los Montes de Toledo, se sirven generalmente con torreznos o quemadillos como se les denomina por la zona, longaniza asada y buen vino tinto de la región o café negro bien caliente y en gran cantidad.

SOPA TOLEDANA DE ALMENDRAS

Si no se tiene la pasta ya preparada y que normalmente se puede encontrar en el mercado, se pelan las almendras crudas y junto con azúcar, se machacan en el mortero, hasta conseguir una pasta fina y cremosa. Esta pasta se deshace en leche que se pone a hervir con la canela quince minutos; después se retira y en la leche se parten unas rodajitas finas de pan, se tapan unos momentos y se sirve muy caliente.

Según guste más o menos dulce se pondrá más o menos leche o más o menos pasta. Esta sopa es propia de Navidad siendo muy popular en la provincia de Toledo.

SOPA VERDE

En un buen caldo se ponen a cocer un kilo de guisantes sin vainas. Una vez cocidos se reservan la cuarta parte de los guisantes machacándose el resto en el mortero o pasándolos por el pasapurés, echándolos en el caldo sazonado y colando este para quitar las pieles. Una vez colado se agrega el resto de los guisantes.

A esta sopa verde la deben acompañar unos picatostes y algún torreznillo de papada o panceta, además de unas aceitunas negras guisadas al estilo manchego.

SOPAS DE ONTIGOLA

Se pone aceite en una sartén y se rehoga media cebolla picada muy finamente agregándole un poco de perejil y un diente de ajo también picado. Posteriormente se parten en trozos de tres centímetros un manojo de espárragos trigueros y en su defecto de huerta. Se rehoga conjuntamente todos los ingredientes reseñados y cuando esté en su punto se le añade caldo de cocido preferentemente, en cantidad suficiente para hacer la sopa. Se le incorpora un poco de azafrán en rama y ajo machacado, sal molida y un granito de pimienta. En una olla echaremos unos costroncitos de tostón (pan frito) y se le añade por encima el caldo anteriormente preparado, dejándolo dar un hervor antes de servirlo.

Hay quien a esta sopa antes de servirla, pasa todos los ingredientes por un pasapurés.

SOPA TOMATERA

Se lavan y cortan en rodajas un kilo de tomates maduros en plena sazón, dos patatas de buen tamaño y un poquitín de apio. Todo esto acompañará en la cocción un buen hueso de jamón y el agua suficiente para cubrir todos los ingredientes especificados anteriormente. Se hierve a fuego medio, poniéndole un poco de sal y un chorrito de aceite crudo de oliva, lógicamente. Pasado este tiempo se muele todo en un pasapurés, confeccionándose luego una sopa a capricho de los comensales: Pan, fideos, arroz. . . El resultado será sorprendente.

Este plato es muy típico de los meses de septiembre y octubre que es cuando el tomate se encuentra en plena sazón en Toledo.

SOPA ENCEBOLLADA CON SALPICONES

En Lillo, localidad en plena Mancha toledana se prepara de la siguiente manera: Se cortan en rodajas seis cebollas y se doran en una sartén con aceite de oliva y a fuego muy lento, hasta conseguir que las cebollas tomen un color de miel. Mientras se van haciendo se incorpora un poco de tomillo y laurel. Se echan las cebollas sofritas en una olla y se cubren con agua suficiente y previamente calentada. A esta sopa se le puede añadir unos trocitos de lomo fresco de cerdo, unos trocitos de carne de cordero (falda) y unos trocitos de carne de ternera, entre todos los daditos de carne no debe sobrepasar los doscientos gramos. Se tapa la olla y se deja cocer por espacio de una hora.

La sopa se sirve con pan frito y antes de servirse se espolvorea con buen queso manchego. Un buen hueso de jamón sería el complemento de esta maravillosa sopa.

LAS LEGUMBRES

COCIDO TOLEDANO

Se llena de agua una olla de regulares dimensiones y se pone al fuego. Se añade carne de vaca y de cordero mayor, con un par de huesos de caña, un trozo de gallina, tocino de panceta, chorizo de año y una morcilla añeja; al mismo tiempo se añaden los garbanzos que han estado previamente de remojo, un pimiento verde, uno rojo, un tomate maduro, media cebolla, una zanahoria.

El cocido debe cocer a fuego lento y se van echando apio, puerros, zanahoria, nabos y repollo, cortados en pequeños pedazos.

Preparación de las "pelotas": Se pone carne picada en un plato sopero y se le agrega una yema de huevo, apartando la clara. Se le pone sal, perejil y un diente de ajo finamente picado y un poco de miga de pan desleída en leche. Se revuelve bien todo junto y se forma la pelota, redonda y alargada como un embutido grueso, pasándola por harina.

Cuando la cocción está casi terminada (media hora antes) se agrega al caldo esta pelota y el pedazo de chorizo casero.

Se mondan las patatas y se cortan a pedazos regulares, no muy grandes. Se cuecen aparte en una cacerola, con caldo que se quita de la olla y que se cuele antes de echarlo sobre las patatas.

Momentos antes de servir el cocido, se cuece la pasta de la sopa en otra cacerola y en caldo colado. Según la pasta escogida, se necesitará más o menos tiempo, siendo lo más rápido los fideos finos que estarán hechos en apenas diez minutos.

Después de servir la sopa, se lleva a la mesa el resto del cocido en una fuente grande, si es conveniente con los garbanzos en el centro, alrededor el resto de los ingredientes.

Se acompaña generalmente con una ensalada de escarola o lechuga, según temporada.

ENCEBOLLADO DE GARBANZOS

Se cuecen los garbanzos con un hueso de caña, otro de jamón y cien gramos de tocino de año, junto con un tomate y una cebolla sin partir. Cuando están blandos, se apartan los garbanzos. En el caldo donde se efectuó la cocción se cuecen unos fideos, con lo que ya tendremos el primer plato.

En una sartén se echa un poquitín de aceite en donde se dora una cebolla de buen tamaño cortada finamente, un par de dientes de ajo muy picado, una ramita de perejil y un polvito de pimienta. Momentos antes de retirar el sofrito le incorporaremos una cucharadita de pimentón dulce e inmediatamente uniremos todo a los garbanzos. Todo se freirá durante unos minutos a fuego lento, estando listo para ser servido a los tres o cuatro minutos.

POTAJE DE VIGILIA

Se hierven los garbanzos puestos en remojo, cuando están a medio cocer, se les añaden unas espinacas frescas y lavadas junto a unas patatas cortadas a trozos. Se fríe una rebanada de pan en aceite, se retira el pan y en el mismo aceite se fríe la cebolla picada que ya tendremos preparada y dos tomates bien maduros, igualmente cortados en trozos, poniendo al final un poco de pimentón. Se echa en una olla, añadiendo a esto un machado de ajos, piñones, perejil y azafrán, el pan frito que se apartó mojado en vinagre y un huevo duro. Se diluye en agua de cocer los garbanzos, se agregan estos, las patatas y las espinacas escurridas; se comprueba la sal y se agrega más o menos caldo de los garbanzos, hasta obtener los platos de garbanzos requeridos.

LENTEJAS POSADERAS

Las lentejas se cuecen con agua y sal (poniéndolas en frío) y bien escurridas se echan en una cacerola con aceite, cebolla partida a ruedas, perejil picado y pimienta molida, se les da una vuelta, agregándoles un poco de caldo de cocerlas. Se deja que cuezan un rato y al servir las, se les ponen dos yemas de huevo crudo, batidas con vinagre.

LENTEJAS AL ESTILO BARGUEÑO

Se echan las lentejas limpias en una cacerola con agua fría y se cuecen, después de haberlas dejado de remojo toda una noche. Cuando están blandas, se las pone sal y en una sartén aparte se frien en aceite los ajos y el pan. Se aparta este frito y el aceite que queda se echa en las lentejas.

Se machacan en el mortero los trocitos de pan frito y los ajos y se deshacen con un chorrito de vinagre. Todo esto se echa en las lentejas que se dejan hervir de nuevo, para que cojan el gusto.

Las lentejas han de hacerse con el menor agua posible, poniendo la cantidad mínima y a fuego muy lento y uniforme, tapándolas para que haya la menor pérdida de vapor.

Hay quien añade en el sofrito del pan y los ajos un polvito de pimienta negra y cominos.

Este plato era muy típico en la zona de Bargas y Olías del Rey en el siglo pasado y en la actualidad se trata de una receta abandonada, casi absolutamente olvidada por el ama de casa.

LENTEJAS Torrijeñas

En una sartén con aceite de oliva, freimos un poquitín de tocino cortado en tiras de un par de centímetros, sin dejar que este llegue a pasarse demasiado. La panceta sería mucho más agradecida. Antes de retirarlo se le añade unas rodajas de chorizo y unas patatas partidas a cuadros.

Colocamos en la olla, las lentejas anteriormente remojadas y lavadas, media cebolla, medio tomate, una cabeza de ajos, una hoja de laurel, una cucharadita de pimentón dulce y una zanahoria pelada; finalmente añadiremos el aceite de freir las tiras de tocino o panceta, el chorizo y los daditos de patatas. Después de incorporar el agua necesaria dejaremos cocer a fuego lento las legumbres hasta su cocción total.

Al servir, retirar el tomate, la cebolla, la cabeza de ajo y la hoja de laurel, siempre molesta y de mal sabor si se mastica por error.

Este plato lo solían acompañar con una cebolletas en vinagre o pepinillos del país macerados en casa.

LAS VERDURAS

Los Cardillos
El Pisto en sus vertientes comarcales
Los pimientos
La patata como alimento base

PISTO TOLEDANO

En aceite de oliva caliente se fríen unos trocitos de jamón magro y craso, separándolos una vez fritos; en la misma manteca, se rehoga cebolla picada hasta dejarla dorada y tierna y se vierte en ella, salsa de tomate, haciéndola hervir hasta que se una bien con la cebolla y se agregan pimientos cortados en cuadraditos y ya sofritos, se batan los huevos que sean necesarios y se incorporan al resto haciéndolo cocer a fuego lento junto con el jamón. Al tiempo de servirlo se acompaña con rodajas de huevos duros y lonchas de jamón serrano.

PISTO MANCHEGO

Se fríen un kilo de tomates troceados y bien pelados, lentamente. En otra sartén se hace lo mismo con 250 grs. de calabacín cortados en dados. También aparte se fríe una buena cebolla trinchada; en el momento que empieza a tomar color se le añaden pimientos verdes y rojos, igualmente hechos pedacitos. Se deja cocer todo lentamente hasta que el pisto esté espeso y unido. Se sazona con un poquito de sal.

PISTO MANCHEGO CONSABURENSE

Se fríen a fuego lento tres dientes de ajo y una cebolla muy picaditos, cuando se empieza a dorar se le añaden dos pimientos rojos y dos verdes, además de dos berenjenas peladas de las llamadas catalanas (moradas) y un par de calabacines igualmente pela-

dos y troceados. A media cocción se le añade un kilo de tomates muy maduros y ya pelados y sin la simiente. Se vuelve a hervir todo hasta que tome un color compacto y al pisto se le note la blandura deseada.

Por esta zona el pisto sirve de base a un buen pescado en escabeche de barrica o tocino de año entreverado.

MOJE DE ILLESCAS

Se toman unos pimientos y unos tomates de buen tamaño (un par). Los pimientos deben ser de los llamados de asar. Se ponen en el horno lento y se asan hasta que el pimiento haya perdido su habitual volumen y los tomates estén blandos. Se cortan en tiras los pimientos y se pelan los tomates y se baten estos últimos hasta quedar hecha una salsita. Se mezcla todo y se les incorpora un majado de ajos, un chorrito de buen vinagre, aceite de oliva, orégano, unos cominos y se deja en maceración durante veinticuatro horas.

Para un kilo de pimientos de asar se emplearán un par de tomates de buen tamaño.

CARDILLOS LLORONES

Se sancochan los cardillos con agua y sal, se tuesta aceite, pimienta, harina y un machado de ajos. La grasa obtenida se vierte sobre los cardillos dejándoles en maceración quince o veinte minutos. A continuación se toman los cardillos y tras rebozarlos en huevo se fríen a fuego lento y con aceite de oliva abundante.

Este plato ha de servirse muy caliente ya que esta verdura pierde mucho al enfriarse.

AJO PRINGADO

Se fríe un kilo de hígado de cerdo en manteca una vez cortado en daditos regulares y entre tanto se majan unos dientes de ajo y una cucharada o dos de pimentón, con algunos trozos de hígado



ya frito. Este majado se fríe también, agregándole el pan rallado, un poco de pimienta, orégano y canela en polvo.

Cuando esté ya a punto, se le añade agua en cantidad proporcionada y se deja hervir con el hígado también hasta que la salsa quede muy espesa. Poco antes de servirlo se le añaden unos piñones.

MANSOS DE OCAÑA

Se toman unas patatas de buen tamaño y se lavan muy bien, hasta conseguir que la piel quede casi transparente. Tras secarlas se parten en rodajas de tres centímetros de espesor y se fríen en abundante aceite de oliva a fuego muy suave y uniforme. Al sacarlas se sazonan con sal y se toman muy calientes. Es muy importante introducir las rodajas con el aceite aún frío.

MANSOS DE LUJO

En esta ocasión, las patatas se pelan y las rodajas son un poco más delgadas, de dos centímetros aproximadamente. Tras rebozarlas en harina se pasan por huevo batido y se fríen hasta que adquieren un color dorado. Las rodajas una vez fritas se van separando en una cazuela de barro.

Aparte se hace un sofrito, con un machado de ajos, perejil, pimienta negra y una cebolla muy picada. Cuando se vaya dorando la cebolla, se le añade sal y una cucharadita de harina. Tras echarle un chorrito de vinagre, se le incorporan un par de vasos de agua y se dejan cocer un cuarto de hora; pasando este tiempo se echan las patatas y se le da de nuevo un hervor como media hora a fuego muy lento.

SACRISTANES PRIMADOS

Se toman unas patatas redondas y no muy grandes y se cuecen con agua, sal, ajos y laurel. Cuando están casi blandas, se sacarán y escurrirán, ahuecándolas un poquitín con la punta de un cuchillo o una cucharilla. En su interior se pondrá falso chorizo (véa-

se receta correspondiente al falso chorizo) y con la patata que sacamos para ahuecarla, haremos un pequeño puré con un chorrito de leche y harina y se tapan las aberturas.

Se colocan las patatas rellenas en una rustidera de barro y se espolvorean por encima con un machado a base de perejil, tres dientes de ajo y sal, además de un chorrito de vino blanco de Ocaña. Tras untarlas a todas, se rocían con aceite de oliva y se introducen en el horno, hasta que los sacristanes estén dorados.

EL PESCADO

El bacalao
Los peces de río
Las sardinas
El besugo

BACALAO A LA CAZUELA

Se pone en una cacerola aceite y sobre éste una capa de bacalao limpio, hervido y deshecho; libre de espinas y pieles. Encima se le pone una capa de cebolla picada, otra de pan rallado y se echa sobre esto un chorro de aceite de oliva, pimienta negra molida, zumo de limón y cuatro dientes de ajo machacado, todo crudo.

Se cuece en el horno y se sirve muy caliente, acompañado por abundante vino manchego fresco y en vasija de barro a ser posible.

Este plato es muy popular por tierras de El Toboso y Miguel Esteban.

BACALAO AL AJO ARRIERO

El bacalao se desala, se le quita la piel y las espinas y se hierve un momento en agua sin sal.

Se escurre enseguida y se pone cortado en pedazos en una cazuela con los ajos enteros, perejil y cebolla picados, aceite, pimentón y agua que lo cubra, dejándole cocer hasta que se consuma ésta.

Entonces se deshace una cucharada de harina (previamente tostada en una sartén) con una cucharada de vinagre y un poco de agua y se añade el bacalao, agregando también un poco de perejil finamente picado con un diente de ajo (que se apartará de la cabeza entera al principio). Se deja que hierva esta salsita unos instantes y se sirve bien caliente.

BACALAO AL AJO ARRIERO (2ª Fórmula)

Se pizca muy bien el bacalao, quitándole las espinas. En una sartén con un poco de aceite, se fríe bastante ajo muy picado (unos ocho dientes) y cuando está casi dorado, se añade el bacalao, rehogándolo bien hasta que se consuma todo el agua que suelta.

Aparte se hace un sofrito con cebolla, tomate, ajo y perejil machacado que se añade al bacalao, incorporando el pimiento morrón cortado en tiras.

BACALAO YEPERO

Se desala el bacalao durante veinticuatro horas en agua abundante y se corta en pedazos regulares. Se pelan un kilo de patatas y se parten en trozos. Finalmente, se pica una cebolla de buen tamaño.

Todo junto se coloca en una olla, se riega con abundante aceite de oliva y un buen vaso de vino blanco de la tierra y un poco de pimienta, sin añadir sal.

Se deja cocer lentamente hasta que patatas y bacalao estén blancos y el caldo haya espesado.

BACALAO BORRACHO

Se rehogan unas cebollas cortadas en finas rodajas en aceite de oliva bien caliente hasta que empiezan a tomar color que es cuando se le añade harina y se agrega un vaso de vino manchego, agua y pimentón. Se deja cocer todo esto durante veinte minutos a fuego moderado.

Aparte se cuecen medio kilo de patatas con su piel y no muy grandes. Una vez cocidas se mondan y se cortan en ruedas algo finas, poniéndolas con la cebolla que cuece. Se añade también el bacalao desalado y desmenuzado, una cabeza de ajo entera y perejil picado. Se salpica con pan rallado. Bastando para ello con pocos minutos.

BACALAO ESCARLATA

Se escogerá un bacalao grueso de la parte del morro y de buena calidad.

Se frien las tajadas en harina y aceite bien caliente y se van colocando en una fuente el uno al lado del otro a medida que se van haciendo, procurando que no haya huecos entre trozos y trozos.

Cuando todos los pedazos estén fritos, se añaden un poco de aceite en la sartén y unos dientes de ajo que previamente tendremos preparados cuya cantidad será a la discreción del consumidor, aunque recomendamos dos o tres dientes, también se le añade un poco de perejil. Antes de que tome demasiado color se le incorpora una cucharada de pimentón rojo y un chorro de vinagre y se deja que todo junto dé un hervor, echándose enseguida sobre el bacalao, que ha de quedar bañado en esta salsa roja.

BACALAO NOBLEJANO

Se hierve unos minutos el bacalao desalado, poniéndolo en agua sola. Luego se le quita la piel y las espinas y se desmenuza dejándolo en un plato.

En una fuente que vaya al horno, se pone en el fondo aceite y una capa de cebolla cortada a ruedas, unos granos de pimienta y limón troceado.

El bacalao se pone sobre capas y se espolvorea de pan rallado. Se introduce la fuente en el horno, donde se deja durante unos diez minutos y se sirve con más limón.

BACALAO DE FERIA

El bacalao desalado se corta en tiras delgadas que se hierven un par de minutos, solamente en agua.

Hecho esto, se escurren bien y se colocan las tiras de bacalao en una fuente de barro, cubriéndose con la salsa siguiente:

Se toman dos yemas de huevos duros y se trabajan en el mortero con un diente de ajo, aceite y zumo de limón, como para hacer una mahonesa. Cuando esta salsa está bien trabajada y em-

piezan a formarse unas burbujillas, se echa sobre el bacalao y se acaba de adornar la fuente con los otros dos huevos duros cortados al efecto, alternando las rodajas de los huevos con aceitunas negras del país.

BACALAO A LA TOLEDANA

Una vez desalado se hierve el bacalao en agua, se le quita la piel y las espinas y se pone en una cazuela, preferentemente de barro.

Aparte se fríen medio kilo de patatas a las que previamente habremos pelado y partido en dados o rodajas de un centímetro de espesor, se riegan con bastante cantidad de perejil picado y se echan en el bacalao.

Preparamos cien gramos de almendras, pelándolas y picándolas con tres dientes de ajo, diluyéndose en un poco de agua tibia y volviendo a machacar, para inmediatamente añadirle una cucharadita de harina y se ponen con el bacalao y las patatas. Se añade un poco de sal y se cuece un rato la salsa hasta que espese.

BACALAO CON LECHE

El bacalao mojado y escurrido se tiene preparado. En una cacerola se tiene manteca de vaca, cebolla picada, un poco de perejil picado y nuez moscada; se echan dos cucharadas de harina para que se tueste y se moja con la leche, poco a poco y removiéndolo bien, para que no se apelocone. Se deja que de un hervor y se añade el bacalao, hervido aparte durante unos instantes. Se deja que cueza unos minutos todo junto y se sirve muy caliente.

BACALAO AL DESMAYO

Se caliente manteca de cerdo y encima se van dorando unos trozos de bacalao, previamente desalado. Una vez pasados por la manteca bien caliente se les añade una cebolla picada finamente y el zumo de un buen limón, sazónándose con pimienta y hierbas aromáticas. Se tapa bien la olla y se deja cocer lentamente duran-

te veinte o veinticinco minutos. Una vez cocido se le añaden las patatas cortadas en rodajas. Hecha esta operación se le añade un vasito de vino blanco y se vuelve a cocer lentamente hasta que las patatas queden blandas.

Para servir el plato, se ponen las patatas en el fondo de una fuente y los trozos de pescado encima. Se espolvorea con perejil muy picado.

TRABAO TOLEDANO

Se fríe aceite y cebolla partida finamente, junto con medio kilo de carne de cordero, medio kilo de patatas partidas en pequeños dados, pimienta y sal. Se rehoga todo ampliamente por espacio de cinco minutos. Posteriormente se le añade agua y se deja cocer hasta que queden guisadas las patatas y la carne, momento en el que se echará un riego de harina de almortas dándole vueltas hasta que quede espeso. Junto con las patatas y la carne habremos puesto igualmente el bacalao en pequeños cuadraditos, frito simplemente.

Una vez que se consigue un espesor cremoso, el plato está listo para ser degustado.

Dada la fortaleza de este plato se recomienda regarlo abundantemente de buen vino manchego.

BACALAO SOMARRAO

Se toma un buen bacalao y se somarra al fuego, es decir, se pasa por la lumbre lentamente y en repetidas veces con el objeto de que la sal afluya al exterior del bacalao sin necesidad de tenerlo de remojo para desalarlo. Una vez bien "somarrao" se cepillan las superficies quitándole la sal. Se parte seguidamente en tiras finas y mientras tanto haremos un sofrito con bastante cebolla, un poco de tomate, un poco de pimiento rojo, ajos partidos en rodajas y aceite de oliva. Una vez conseguido el sofrito, se le añade el bacalao y el agua suficiente hasta cubrir todo. Tras dejarlo cocer a fuego lento y si es posible en cazuela de barro se conseguirá una salsa espesa y un bacalao tierno, sabroso y tremendamente apetitoso

que bien regado con vino blanco se convierte en un auténtico manjar.

PECES ESCABECHADOS

Se parten los peces en trozos según tamaños. Se rebozan en harina y se fríen en aceite bien abundante, hasta que estén dorados.

En el aceite de freír los peces y una vez colado para separar los posos refritos, se fríen unas cabezas de ajos, dos o tres hojas de laurel, unas bolas de pimienta negra y un vaso de vinagre, añadiendo agua suficiente para que los peces queden sumergidos. Se deja hervir unos minutos y separamos este escabeche de la lumbre, dejándolo enfriar. Posteriormente añadiremos los peces fritos. Cuanto más tiempo están en escabeche, mejor sabor habrán tomado y más tersa estará la carne.

PECES ADOBADOS

Se parten los peces en dos o tres trozos y se adoban de la siguiente manera: Se machacan cinco dientes de ajo, sal, orégano, cominos, perejil, tomillo, pimentón y vinagre.

Se mantienen los peces en el adobo durante una noche y posteriormente se fríen en aceite muy abundante los peces debidamente rebozados en harina.

BESUGO A LA NOBLEJANA

Se toma un buen besugo y se abre por la mitad, sacándole la espina central y manteniendo a cada lado la mitad de la cabeza. Se adereza con perejil muy picado, seis ajos (dientes) partido finamente, sal y un buen chorro de limón, además de una guindilla troceada.

El besugo se asa a la plancha a fuego lento hasta dejarlo dorado.

ACEITADO DE ARENQUE

Se toman unos arenques a los que se les quita la piel y la espina central. Aparte se pican unos dientes de ajo, perejil y un poquitién de guindilla todo ello mezclado con aceite de oliva en abundancia y un chorrito de limón.

Se colocan los filetes de arenque en una fuente y por encima se vierte todo el majado explicado anteriormente.

SARDINAS CAMPERAS

Se toman dos kilos de sardinas frescas y tras limpiarlas se fríen rebozadas en harina, en aceite muy caliente.

El aceite de freir las sardinas se dejará reposar y tras cambiarla de recipiente se tiran los posos de la harina tostada. En la grasa se fríen unas cebolletas partidas finamente, seis dientes de ajo, tomillo, orégano y sal. Finalmente se le añade vinagre, agua y dos hojas de laurel. Tras hervir cinco minutos se echa por encima de las sardinas y se deja enfriar antes de tapar el recipiente donde se guardarán las sardinas un par de días.

LAS CARNES

El Cordero
El Cerdo
Las Aves
La Caza

SOLOMILLO PREÑAO

Se abre con un cuchillo un solomillo, se macera y se extiende bien, se rellena con tiras de jamón y huevo cocido, cebolla y puerros cortados también en tiras finas; se arrolla y se ata con hilo fuerte, sazonándolo con sal y zumo de limón. En una cacerola baja y larga, se pone manteca y cuando está bien caliente, se coloca el solomillo, dejándole tomar color tostado y luego se le pone cebolla picada fina y se le deja cocer despacito un par de horas.

Al tiempo de servirlo, pártase en rodajas y pásese la salsa por un colador.

SOLOMILLO MONTADO EN REPOLLO

Se escoge una col buena y rizada, se cuece con agua hirviendo, cuidando de conservar las hojas enteras. Una vez cocido el repollo se pone a escurrir un solomillo adobado con la fórmula tradicional ya explicado en anteriores guisos; se dora en manteca de cerdo caliente; después se separa y se cubre todo con las hojas de la col, atando estas con hilo fuerte.

En la manteca de haber dorado el solomillo se rehoga cebolla picada con unos trocitos de tocino de jamón; luego de todo bien dorado, se le une el solomillo con la col, se rehoga también, se le agrega un poco de caldo o agua, se tapa la cazuela y se deja cocer suavemente, al tiempo de servirlo, se le separa el hilo, se corta en lonjas envueltas con la col, se le quita la manteca sobrante y el tocino, dejando sólo su propio jugo.

Plato muy recomendado por las riberas del Tajo, que bañan Añover, Borox, Villaseca . . .



SOLOMILLO TIZNAO

En una cacerola con manteca de cerdo caliente, póngase un solomillo después de adobado con ajo y sal añadiéndole unas rajadas de cebolla, déjese asar a fuego vivo primero y más suave después; añádanse patatas cortadas en dados y déjense asar con el solomillo.

SOLOMILLO AL VINO

Limpio el solomillo, se sazona con sal fina y se mecha con tiras de jamón. Se deja así dos o tres horas, luego se embrida y se unta con manteca de cerdo, se rocía con vino y caldo y se le agrega un polvo de pimienta; se pone al horno fuerte, durante media hora, dándole vueltas y rociándole con el jugo alguna vez durante la cocción.

Para servirlo se desembrida, se corta en lonchas, que se colocan en una fuente sobre un lecho de escarola o lechuga y en el borde de la fuente se ponen cuadraditos de pan frito.

El jugo se desengrasa y se vierte sobre el solomillo o se sirve en salsa aparte.

SOLOMILLO CHURRASCAO

Tómese un solomillo, adóbase con sal y ajo machacado, cóloquese en una besuguera, añádase zumo de limón y métase al horno sin adicionarle manteca, ni cualquier otra grasa y cuando esté en su punto, sírvase con picatostes o patatas fritas o también con una ensalada troceada con largueza.

GUISADO LABRIEGO

Se preparan unos filetes de magro y se pasan por harina, dorándose en aceite bien caliente, se asan y se ponen en una cacerola. En el aceite restante se fríen unas cebollas picadas, un par de zanahorias en ruedas y unos granitos de pimienta. Se vierte el sofrito sobre la carne, se pone la cacerola al fuego con un poco de agua y

sal y a mitad de cocción se le agrega un buen vaso de vino blanco manchego.

Aparte tendremos preparadas un kilo de patatas, las que coceremos con poca agua y mucha sal. Se pelan una vez cocidas se cortan en rodajas y se fríen en abundante aceite.

Se sirven con las patatas alrededor.

FRITANGA

Se tiene preparada la carne de cerdo partida en trozos y se fríen en manteca. En la grasa que queda, se fríen la cebolla bien picada y el tomate, se sazona con sal, pimienta y nuez moscada, se añade agua y un poquitín de harina, se pasa la salsa por el chino y se vierte sobre la carne, mientras tanto, escaldaremos una setas y se incorporan al guiso. Se deja hervir a fuego y si es necesario, se añade un poco de agua.

Este plato está concebido para confeccionarlo con setas de cardo borriquero, sin embargo puede ser sustituido por el hoy socorrido y popularizado champiñón. En la Cocina Manchega no se encuentra ningún plato con champiñones por ser este un producto totalmente desconocido en la Región hasta hace unos años.

MORAGUITAS DE CERDO

Se toma un buen trozo de magro de cerdo y se corta en pequeños dados; se sazona con sal, orégano y pimienta y se meten en unos alambres que tendremos preparados para tal fin. Se pone al fuego de unas brasas un cazo con abundante aceite, cada cual puede introducir un pincho y hacer la carne a su gusto.

El cazo debe ser lo más profundo posible, para que pueda freír el mayor número de trozos posibles de carne pinchados en el alambre.

Este plato es típico de las matanzas manchegas que tienen lugar en los meses de diciembre y enero.

LOMO A LA SAL

En una fuente de barro, se pone en el fondo medio kilo de sal, encima se coloca el lomo y cubriéndolo otro medio kilo de sal. Se mete en el horno durante treinta y cinco minutos. Una vez hecho se le quita la sal y se parte en rodajas finas, sirviéndose con una buena ensalada a base de rodajas de tomate, cebolla morada y pimientos rojos.

Plato típico en banquete de bodas por tierras de Quintanar de la Orden.

PINCHOS DE CERDO CON BERENJENAS

Se trocea un buen magro de cerdo y se adoba, dejándolo reposar durante varias horas. El adobo se confeccionará a base de unos ajos, sal, pimentón, orégano y un chorrito de vinagre.

Mientras tanto se cortan en rodajas unos tomates y un trozo de tocino de panceta.

En alambres, se van pinchando un trozo de carne, uno de tomate y uno de panceta, pillando un poco de laurel entre la carne y el tomate. Finalmente se asan en unas ascuas y se acompañan con berenjenas fritas.

Las berenjenas, tras pelarlas y partirlas en rodajas, las tendremos en remojo durante una hora en agua y sal, posteriormente se rebozan en harina y se fríen en aceite bien caliente.

DUELOS Y QUEBRANTOS

Se cortan en trozos pequeños unas lonchitas de tocino de panceta y se fríen en aceite lentamente con el fin de que el tocino suelte la mayor parte de su grasa. El tocino estará a punto cuando flote en el aceite.

Al llegar a este punto se le quita casi todo el aceite y se le añaden unos huevos batidos, removiéndose el conjunto para que se mezcle el tocino con el huevo, retirándolo del fuego una vez cuajado, teniendo el suficiente cuidado para que no se forme un sólo cuerpo, ya que ha de estar suelto y blando.

Este plato se acompaña con una buena hogaza de pan y una jarra de buen vino tinto de Méntrida.

CHORIZO FALSO — CHICHAS — PICAQ — PRUEBA

Este plato es muy típico en época de mantanzas en toda la provincia de Toledo. Sin embargo no en todas las comarcas se le denomina de igual forma de ahí esas cuatro denominaciones.

Se toma un buen trozo de magro, como de dos kilos y un kilo de panceta y se pica un poco más grueso que para albóndigas.

Se hace un machado a base de tres cabezas de ajo de buen tamaño, sal, orégano y tomillo. Más tarde se le añade a la masa un par de cucharadas soperas bien colmadas de pimentón dulce y otra de picante. Se une todo al picadillo y se amasa muy bien. Se deja reposar todo en el frigorífico un par de días.

Se pasa en la sartén con un poquitín de aceite y cuando todo está suelto y bien frito se sirve acompañado de unas patatas al vapor bien calientes.

Este plato se lo recomendamos por ser extraordinariamente sabroso, alimenticio y no muy caro. Riéguese con buen vino tinto de Mora de Toledo.

LENGUA DE CEDILLOS

Se limpia bien una lengua y se cuece en agua con sal, cebolla perejil, zanahorias y puerros; después de bien cocida, se enfría para proceder posteriormente a cortarla en rodajas finas, colocándolas en una fuente que resista al fuego, donde se ha de servir, echándole por encima cebolla picada muy menuda, pimienta, perejil, pimienta molida, pepinillos picados, un chorrito de vino blanco de Huerta de Valdecarábanos y un par de tacitas de caldo; una vez colocado todo cúbrase con pan molido y sobre el pan póngase unos trocitos de manteca fresca. Téngase al horno hasta que el pan esté dorado.

Hay quien no le añade el caldo por gustarle este plato más seco.

CORDERO ASADO A LA MANCHEGA

Se pone el cordero en un cuenco de barro, hondo y barnizado, sazonándolo con sal, una hoja de laurel, dos o tres granos de pimienta y se le extiende la manteca por encima, poniéndole a asar al horno fuerte. Cuando quede bien asado y dorado, se rocía con un poco de vino blanco de Valdepeñas, bañándolo de vez en cuando con su jugo.

Diez minutos antes de servirlo, se recoge la salsa que haya soltado al asarse y se pone en una sartén, para freír en ella un diente de ajo y un poco de perejil trinchado; antes de que tome color, se le incorpora todo el jugo del cordero, retirando el laurel. Cuando todo ello haya cocido un poco, se vierte sobre la carne y se sirve, después de trincharlo, en el mismo recipiente en que se ha asado. Si se desea puede servirse acompañado de diversas guarniciones; patatas, pimientos, berenjenas asadas o fritas, guisantes, judías verdes o ensalada (ésta última presentándola aparte).

COCHIFRITO MANCHEGO

Se corta la carne de cordero en trozos más bien pequeños que se ponen en una cazuela de barro y se sazonan con sal dejándolos toda la noche al fresco. Al día siguiente se añade un vaso de vino blanco y cien gramos de jamón cortado a trozos. Aparte se prepara un majado con las almendras que tendremos dispuestas en una cantidad de setenta y cinco gramos, perejil, pimienta, cominos, clavo, nuez moscada y pimentón. Cuando está bien mojado se le añaden 150 gramos de tomate y se añade todo sobre la carne que se deja cocer lentamente hasta que esté bien tierna. Se rectifica de sal y en el momento de servir se pican los huevos (dos unidades) que previamente se habrán cocido hasta dejarlos duros y se echan por encima.

CORDERO A LA MAJADA

Se adoba el cordero con sal, ajo, perejil y pimienta machada. Se coloca en una fuente refractaria, se riega con vino blanco y aceite, se le ponen alrededor unas hojas de tomillo hierbabuena y

laurel. Se cubre con rodajas de cebolla y se introduce en el horno para asar. Póngase encima un papel engrasado para que no se queme. Para servirlo se pasa la salsa por el colador.

CORDERO CAZURRO — GUISANTES HORTELANOS

Se doran en una cazuela trozos de espaldilla de cordero, a continuación se añaden cebolla picada en rodajas, una zanahoria picada en lonchas finas y ciento cincuenta gramos de guisantes desgranados y tiernos; se sofríe todo un poco, se cubre de agua, se sazona y se deja hervir hasta que la carne esté tierna.

Ingredientes para 1 kg. de espaldilla.

PIERNA DE CORDERO ASADA A LA CAZADORA

La víspera se compra una buena pierna de cordero y se deja en una fuente con un adobo compuesto de ajos, pimentón, sal, pimienta, orégano, laurel, machacado todo esto y desleído en agua fría.

Cuando va a cocerse la carne, se seca con un trapo limpio, se pone en una cacerola que vaya al horno, se cubre de manteca, se rocía con zumo de limón y se asa en el horno hasta que se vea dorada y en su punto. El tomate se pone en la cazuela cuando se introduce en el horno. Mejora siempre las salsas.

CORDERO CON JUDIAS

Se lavan bien las judías secas y se ponen a cocer con agua, laurel y sal. Una vez cocidas se escurren y se apartan en un recipiente.

Por otra parte, se pelan las cebollas, se calienta la manteca en la olla y se dora en ella la carne. Se moja en cuatro o cinco vasos de agua, se pone laurel, tomillo y ajo, así como sal y pimienta. Se cierra la olla y se deja cocer diez minutos. Se vuelve a abrir la olla y se echan en el guiso las judías. Se tapa y vuelve a cocer quince minutos más.

Se espolvorea de perejil picado antes de servir a la mesa.

Nota.— Este plato si se hace con la olla a presión con el objeto de ganar tiempo, los vasos de agua se rebajarán a tres en lugar de los cinco reseñados si cocinásemos en la forma tradicional, siempre serán más lentos y más sabrosos los guisos.

PATATADA DE CORDERO AL SOCARRON

Se corta la carne de cordero, no muy grandes los trozos, y se pone en una cacerola con sal, aceite, vinagre, ajos, cebolla trinchada, dos o tres tomates, un pimiento verde cortado a tiras estrechas, perejil, pimienta, laurel y tomillo. Se rehogan bien todo junto y se cubre con agua tibia, dejando que cueza a fuego moderado hasta que la carne esté tierna. Cuando falta media hora para concluir la cocción, se añaden las patatas, mondadas, lavadas y cortadas a trocitos y se deja terminar, sirviéndose con poco caldo.

Este plato es muy popular en localidades toledanas limítrofes con la Provincia de Avila. Se trata de un alimento muy completo de recia raigambre pastoril. Se solía consumir con olla o azafate al centro.

POLLO CHISPADO

Se corta un pollo de corta edad en trozos y se rehogan en una perola de hierro en manteca fresca. Cuando están bien dorados, se sazonan con sal y pimienta molida, se riegan con un vaso de agua caliente y copa y media de aguardiente. Se tapa bien el perol y se deja cocer a fuego lento, hasta que quede poca salsa, dándose vueltas de vez en cuando en evitación de que se haga más por unos lados que por otros.

Se sirve con una ensalada, a ser posible de tomate, cebolleta, escarola blanca y algún rábano.

POLLO AL PUCHERO

Se limpia y chamusca el pollo, que se dora entero en una perola bastante grande, con abundante aceite de oliva. Al hacerlo se le pone sal. Cuando está bien dorado, se agregan las cebollitas y

dos dientes de ajo enteros, un poco de apio cortado a trozos menudos, dos zanahorias también cortadas a ruedas delgaditas, pequeñas patatas raspadas y guisantes desgranados, se dora todo esto durante cinco minutos y se pone entonces agua de puré de tomate o un tomate entero y se deja que cueza lentamente durante una hora o más, si fuera preciso según el tamaño y lo tierno del pollo. Se le da vueltas para pasarlo por todos los sitios.

Se sirve en una fuente de barro con el pollo en el centro y toda la guarnición rodeándolo, así como las patatitas doradas.

El pollo al puchero es una especialidad de muchos restaurantes ubicados en la Mancha toledana y conquense.

POLLO GOLOSO

Se limpia y se chamusca el pollo antes de trocearle. En una cacerola se rehoga, espolvoreado de sal, junto con manteca de cerdo, dos dientes de ajo, dos tomates pelados y machacados, canela en rama y cuando ha tomado color, se cubre a ras con agua tibia, dejando que cueza un buen rato.

Se machaca en el mortero, otro diente de ajo, junto con una docena de almendras tostadas y un par de bizcochos. Se añade este picado al pollo y se acaba la cocción a fuego moderado hasta que esté cocido el ave y reducida la salsa.

POLLO ADOBADO

Se limpia, chamusca y se corta en pedazos el pollo, que se deja toda una noche en adobo; compuesto de vino tinto manchego, cebolla cortada en rodajas muy finas, un poco de nuez moscada, sal, pimienta y pimentón además de tres dientes de ajo machacados.

Cuando va a guisarse, se pone en una cacerola, un poco de aceite y una cucharada de manteca (recomendamos la manteca porque ésta consigue en las carnes un dorado perfecto que no le da el aceite de oliva) dejándolo cocer a fuego lento con un poco de agua tibia. Cuando faltan unos minutos para que esté hecho, se añade un machacado de ajos y de higaditos. Se retira cuando espese la salsa, quedando ésta bastante reducida.

POLLO AL PEREJIL

Una vez cortado el pollo a trozos, se secan con un paño y se colocan las pequeñas tajadas en una fuente de barro con manteca fresca de cerdo y una cebolla picada sazonándose de sal y pimienta blanca molida.

Cuando se ha dorado el pollo y cocido durante veinte minutos se le añade mucho perejil picado, así como cuatro tomates bien maduros y pelados. Se remueve bien todo hasta dejar triturado el tomate y se deja hervir durante algunos minutos antes de servir.

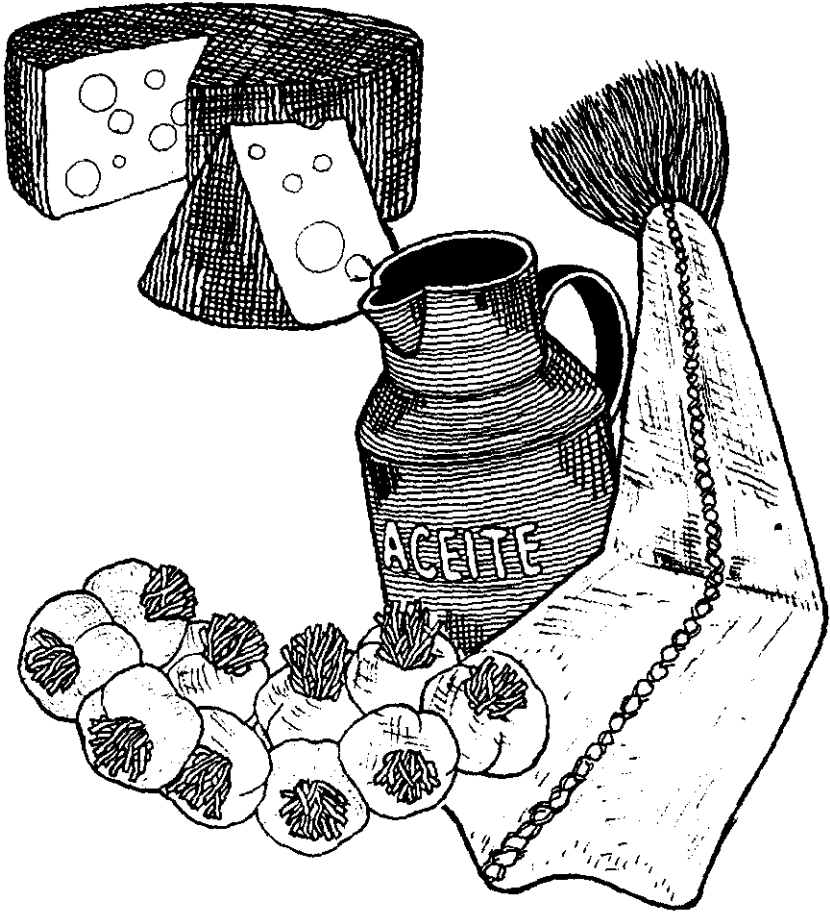
POLLO SECO

Límpiese un pollo y córtese en pedazos por las articulaciones, de modo que de un pollo resulten ocho partes. En un utensilio de barro se echa el machado de cinco dientes de ajo, un buen chorro de vinagre, pimentón y sal, para finalmente añadir un par de vasos de agua. Tras removerlo todo bien, se le añade el pollo, al que se le dará vueltas cada dos horas y por espacio de un día. Pasado este tiempo se escurre el pollo y se cuelgan los trozos para que se sequen por espacio de una hora. Finalmente y en aceite bien caliente se frien hasta conseguir un dorado fuerte.

Este plato se suele servir con una rica ensalada y es típico en la comida de primero de año en muchos hogares de la provincia de Toledo. Se trata de una receta bastante estudiada con el objeto de sacarle al pollo nuevas posibilidades de sabor.

POLLO A LA GUARDESA

Una vez limpio el pollo y cortado en pedazos por los juegos, se sazona con sal y se dora en la sartén. Una vez frito se saca y en la misma grasa, se rehogan un tomate pelado y partido en rodajas, una cebolla muy picada, dos pimientos igualmente muy troceados, un par de zanahorias en rodajitas y ciento cincuenta gramos de jamón serrano en pequeños tacos (chinitas, como se denomina en la zona de Yepes). Una vez conseguido este sofrito, se le añade al



pollo y un buen vaso de vino blanco de Noblejas. Todo esto se deja cocer a fuego muy suave hasta conseguir una salsa espesa.

POLLO PELAHUSTAN

En Pelahustan una localidad donde abundan las setas y los cardos y cardillas, dada la fertilidad de sus campos y lo benigno de su clima; es por ello que este plato lleve este aderezo como ingrediente base.

Se limpia y se corta el pollo. Fríase una cebolla picada y cuando esté a medio freír añádase unos dientes de ajos y una ramita de perejil igualmente muy picada, únase después al pollo sazonado con sal fina, sofríase un rato echándole luego una tacilla de buen vino de Dosbarrios y un poquitín de nuez moscada. Déjese cocer nuevamente y cuando esté tierno se le adiciona un poco de harina tostada. Por separado se tienen hervidas en caldo unas setas, después de haber sido lavadas muy bien en dos o tres aguas. Se separan del caldo una vez cocidas; se unen con unas trufas también picadas y se incorporan al pollo, cociendo todo un rato hasta que se consiga una salsa uniforme y espesa.

Este plato se suele acompañar con unos cardillos guisados en ensalada una vez cocidos.

POLLO DE DON FADRIQUE

Pártase un pollo grande por la mitad, sazónese con sal fina y zumo de limón y póngase un poco de manteca por ambas partes asándolo a la parrilla cuando esté bien caliente. A medio asar envuélvase en pan molido, poniéndosele manteca por segunda vez y vuélvase a la parrilla nuevamente hasta que el pan esté bien tostado. Estos pollos deben ser muy jóvenes, pues el paladar exquisito de este plato quedaría reducido a lo cotidiano.

Ha de servirse muy caliente con unas hojas de lechuga, fresca y blanca y unas rodajas de buen tomate de la tierra. Y para regarlo un extraordinario vino tinto de la Comarca.

Este plato se servía en banquetes y en celebraciones nupciales en Villa de don Fadrique y localidades colindantes, extendiéndose más tarde por Toledo capital dada la exquisitez del plato. De

ello fue causante un médico que permaneció en Villa por espacio de quince años y que después al solicitar destino se llevó la receta como oro en paño, extendiendo la fama lejos de los confines de lo que fue su cuna.

El pollo ideal sería el llamado tomatero, aunque hoy da muy buen juego el pollo corriente de granja, blando por naturaleza.

GALLINA EN PEPITORIA ESTILO RIELVES

Este plato figura en todos los tratados de la cocina regional española, sin embargo en cada sitio le dan el toque especial que los hace diferenciarse del resto, dándole el sabor propio de la tierra. Rielves le da su tono peculiar, figurando entre los cocinados más característicos que conforman su mesa.

La gallina una vez limpia, se parte en pedazos y se sazona con sal, luego se dora con manteca, separándola una vez dorada y friendo en la misma manteca cebolla picada muy fina, cuando está frito se añade un poco de harina hasta que ésta esté tostada. Inmediatamente se machacan los torreznos resultante de derretir la manteca en rama e igualmente se machacan. Una vez puesto todo en una cacerola se le añade una ramita de perejil, caldo de gallina, un poco de hierba buena, un puerro, un par de zanahorias, laurel y por último un buen vaso de vino blanco de La Guardia. Se deja cocer un buen rato a fuego lento y cuando esté en su punto, sepárese la gallina de la salsa, pasando ésta por un colador añadiéndole una yema de huevo batida y agitándola con presteza al mismo tiempo de echarla para que no se corte; únase de nuevo con la gallina poniéndola al baño María, hasta el momento de servirla, procurando que no hierva, ya que se cortaría la salsa, bastando con que se conserve caliente.

Como dato orientativo, la gallina debe cocer unas tres horas a fuego lento.

La olla expres no sería una buena solución en cuanto al ahorro de tiempo, ya que iría en detrimento a la calidad del plato.

POLLOS NAVAHERMOSA

Se preparan dos pollos y se ponen a cocer con el agua indispensable, sazonada con sal, un poco de azafrán, una cucharada de

manteca y el cortadillo de vino blanco, del que se aparta un poco. El cortadillo equivale a un vaso de buen vino.

La cocción debe hacerse en un puchero tapado con papel de estraza mojado, sobre el que se pone una cazuela con agua, sin que deba destaparse hasta que esté cocido. Mientras cuece, en el mortero se machacan unos granos de pimienta, un clavo, nuez moscada y una tostadita de pan frito. Posteriormente se diluye todo en el vino blanco que se apartó en su momento. Para los últimos hervores se echa dicho aliño y pasados unos minutos se sirven en una fuente enteros, con el juego en el que se cocieron.

Hay quien inmediatamente los ponen a dorar al horno muy fuerte, siendo más efectivo un gratinado.

CODORNICES AL HORNO

Se despluman y limpian las codornices, se las envuelve en tocino fresco, de panceta a ser posible, después de sazonarlas con sal fina, se atán con hilo menudo, se colocan en una tartera a propósito y se ponen al horno. Cuando están en su punto, lo que se conoce por el tocino, que aparecerá bien doradito, se prepara una rebanada de pan de hogaza del tamaño del ave, se tuesta a la lumbre cuando ésta tenga brasas, procurando que el pan no se ahume y para ello se ensarta la renabada en un tenedor y se pone aquélla muy cerca de la brasa hasta que adquiera un color dorado. Se colocan en la fuente y las aves sobre ellas, después de haberlas quitado el hilo, dejándoles el tocino y todo su jugo.

Estamos en disposición de asegurar que este plato es propio del “gourmet” más exigente, posee los requisitos necesarios para ser un manjar inigualable. Clásico, sabroso, tradicional y tremendamente típico de nuestra región.

CODORNICES AL VINO

Se despluman las codornices, se les sacan las tripas y los hígados; se limpian bien con un paño pues no deben lavarse y se sazonan con sal fina; se colocan luego en una tartera con cebolla cortada en ruedas finas, un pocillo de aceite, otro de vino blanco, un poquito de pimentón y manteca; se tapan bien y se las deja cocer a

fuego lento. Cuando están a media cocción se les incorporan los hígados y las tripas abiertas y bien cocidas a las que anteriormente se las habrá pasado por tres o cuatro aguas y cuando las aves están en su punto, se les separa unas y otras, se machacan en el mortero, uniéndolo luego con la cebolla, pasándolo todo por colador y formando una salsa espesa.

Se fríen unas rebanadas de pan, tantas cuantas aves haya y se colocan en la fuente debajo de ellas, vertiendo la salsa por encima de las codornices.

CODORNICES AL CHOCOLATE (1ª. Fórmula)

Se despluman las codornices, se les sacan las tripas y los hígados, se limpian bien y se ponen a cocer estos últimos durante breves instantes. Más tarde se sofríen en manteca, separándoles luego y friendo en la misma salsa un poco de cebolla muy picada o mejor aún si pudiera ser rallada; una vez conseguido el sofrito únanse con las aves, añadiendo un cacillo de caldo y una jícara de vino blanco; después se fríen las tripas e hígados y una vez fritos, se machacan en el mortero junto con media pastilla de chocolate; se deslíe con caldo y se agrega a las codornices, dejándolas cocer suavemente durante dos horas. Receta típica del paraíso del Chocolate. Quintanar de la Orden.

CODORNICES AL CHOCOLATE (2ª. Fórmula)

Se despluman las aves y se destripan como vemos en la fórmula anterior, se colocan en una tartera y se les adiciona un nabo por ave, cortado verticalmente en cuatro tiras, unos pedacitos de tocino, con una tacilla de caldo, un vasito de buen vino blanco manchego y la sal correspondiente; se ponen en la salsa de chocolate explicada anteriormente, antes de servirla. En esta fórmula, las codornices deben cocer antes de acompañarlas con la salsa con la que sólo cocerán cinco minutos.

Esta segunda fórmula es la más conocida por las tierras colindantes con la provincia de Ciudad Real.

CODORNIZ A LA CAZADORA

Se preparan las codornices como en las fórmulas anteriores, envuélvase en tocino fresco y pámpanos, atándolas con hilo fuerte y metiéndolas seguidamente al horno; una vez asada, quítese el hilo y los pámpanos, dejándoles sólo el tocino.

Sírvanse con picatostes.

CODORNICES AL RECURSO

Las codornices van fenomenalmente con el cocido, haciendo un caldo exquisito, sin embargo al comerlas simplemente cocidas resultan un poco secas e insípidas. Pues bien de estas codornices que añadimos al cocido manchego podemos preparar un plato sabrosísimo de la siguiente forma: Una vez cocidas las codornices las apartamos en una cacerola. Mientras tanto en una sartén sofreimos cebolla, pimiento cortado muy fino, un par de ajos machacados, cuatro o cinco bolas de pimienta negra, laurel y un par de cucharadas de tomate frito. Una vez conseguido el sofrito, se le añaden las codornices, junto con un vasito de vino blanco. Cuando el caldo se ha embebido el plato estará listo para ser degustado.

PICHONES DONCELLA

Se limpian los pichones cuidando de guardar los hígados para con ellos hacer una salsa, denominada mantecón de hígado; sofriendo en manteca de cerdo fresca y muy caliente, apartándolos y volviendo a sofreir cebolla rallada, ajo muy picado, perejil y unas bolitas de pimienta negra. Vuélvase a sofreir el hígado con el resto del sofrito dándole sólo unas vueltas a fin de que no se pongan duros, viértase todo en los pichones con una jícara de vino blanco y el caldo suficiente, haciéndole hervir a fuego suave y cuando esté en su punto, macháquense los hígados en el mortero y mézclese con la salsa o mantecón de hígado que es su verdadero nombre.

Los pichones se sirven vertiendo la salsa por encima y rodeados de picatostes.

PICHONES CON ACEITUNAS

Colóquense los pichones después de limpios, dividánse por la mitad, añadiéndoles cebolla picada, perejil, una jícara de buen aceite, un poco de vino blanco y caldo, tápanse bien y déjense hervir a fuego lento y cuando estén a buen punto, pásese la cebolla por el colador, añadiendo a la salsa unas aceitunas, dándoles en ella unas vueltas. Las aceitunas serán preferiblemente sin hueso y de no conseguirlas, se quitarán previamente. El tipo perfecto de aceitunas serán las de año y no las negras o verdes de temporada.

PICHONES A LA REINA

Se despluman los pichones, se destripan y se lavan, sazonándoles con sal fina y dorándolos luego en una sartén con manteca de vaca caliente. Una vez dorados, colóquense en una marmita y en la misma manteca que han dejado, fríase una cebolla entera y una ramita de perejil, uniéndolo todo a los pichones, añadiendo un cacillo de caldo y se cuecen a fuego lento. Al tiempo de servirlos sepárese la cebolla y el perejil, dejándoles solos en el fuego. Bastará con una hora de cocción.

PICHONES POSADERA

En una sartén, con manteca de cerdo fresca y muy caliente se doran los pichones enteros o partidos por la mitad; luego de dorados, se colocan en una cacerola, friendo en la misma manteca que han dejado, cebolla picada sumamente fina; cuando está muy frita, se añaden guisantes tiernos, un polvito de pimienta y unas hojas de lechuga; se sofríe todo junto y se echa en los pichones, agregándoles caldo en muy pequeña cantidad y dejándoles cocer a fuego suave unas dos horas.

Los pichones tienen un gusto especial por la zona de Alameda, Borox, Añover y Villaseca.

TOSTON DE PICHONES

En una cacerola se rehogan los pichones limpios y partidos y la cebolla picada finamente, se sazonan con sal y pimienta y un poco de perejil, se rocían con vino y se meten en horno moderado, regándolos de cuando en cuando, con su salsa. Se servirán muy calientes y acompañados de una buena ensalada de escarola blanca manchega.

Es imprescindible el riego continuado de vino blanco alternando con una rociadita de limón, dada la dureza de esta carne.

PERDIZ PASTORIL

Se toma una perdiz bien cebada y joven y después de limpia y sazonada, se ata con gran cuidado con hilo fuerte, se dora en aceite de oliva y se coloca en una cazuela, procurando que la perdiz quede muy apretada; con el aceite que ha servido para dorarla se fríe una cebolla picada muy menuda; después se le añade un poco de pimentón, dos cuacharadas de buen vinagre, dos de caldo y un poco de perejil picado; después de lo cual, todo esto se echa sobre la perdiz, dejándola cocer lentamente, unas dos horas para que esté muy tierna.

PERDIZ CAMPERA (1ª Fórmula)

Una vez preparada la perdiz en la misma forma descrita anteriormente, colóquese en la cazuela con cebolla y perejil picados, un poquito de pimentón, media tacilla de aceite y una cucharada de vinagre; se le hace hervir a fuego lento y cuando esté en su punto, se pasa la salsa por un colador y se sirve rodeada de picatostes.

PERDIZ CAMPERA (2ª Fórmula)

Se echa en la sartén bastante cantidad de aceite y cuando esté bien caliente, se rehoga cebolla picada y después se echa todo en la cazuela, donde estarán las perdices preparadas; se añade ajo, pi-

mienta, clavo, vinagre y caldo, dejándolas hervir a fuego lento; cuando están casi cocidas, se machaca en el mortero perejil y pan frito que se introduce en las perdices, volviéndolas a cocer lentamente hasta que estén en su punto.

PERDIZ CAMPERA (3ª Fórmula)

La única variante estará en poner media tacilla de aceite, cebolla picada, un diente de ajo, dos pimientos y dos clavos. Se tapa con un papel de estraza, poniendo encima un cacharro con agua. Cuézase suavemente.

PERDIZ ESTOFADA

Se despluma la perdiz, se destripa y se lava, sazonándola con sal fina, colocándola después en una cacerola con cebolla cortada en rodajas finas, una cabeza de ajos, una ramita de perejil, un poquito de pimentón, otro de manteca fresca de cerdo, una tacilla de aceite, otra de vino blanco y sal; se tapa bien con papel de estraza debajo de la tapadera y se deja cocer a fuego lento y cuando la perdiz esté en su punto, fríase una rebanada de pan, machacándola después en el mortero y se le añade a la salsa, pasándola después por el colador, con lo que resulta una salsa espesa.

PERDIZ CON REPOLLO

Póngase a cocer en agua hirviendo con sal un repollo bueno y tierno, luego de cocido se pasa del agua hirviendo a fría escurriéndolo en una rejilla con las hojas abiertas. La perdiz una vez preparada, se dora en aceite de oliva caliente, separándola después y friendo en la misma manteca cebolla picada, una ramita de perejil y una zanahoria; se echa luego un cacillo de caldo; todo esto se une a la perdiz, dejándola cocer hasta que está en su punto, que es cuando se introduce en el repollo, cerrando este cuidadosamente y si es preciso atándolo con un hilo fuerte, mezclándolo con la salsa después de haber separado el perejil y la zanahoria. Déjese hervir media hora a fuego lento.

PERDIZ ASADA A LA MANCHEGA

Se coge una perdiz joven, se la despluma y sazona, dorándola luego en manteca caliente, añadiéndole después de dorada, unas rajitas finas de cebolla, un poco de vino blanco, un poquitín de caldo y un polvito de pimienta y se deja asar a horno lento echándole el caldo continuamente por encima.

PERDICES ESCABECHADAS

Se avían las perdices y se dejan rehogar con el aceite en el que previamente se habrán frito tres o cuatro dientes de ajo. Cuando las aves se hayan dorado por todos los lados, se les añade un par de hojas de laurel, unos granos de pimienta y la sal necesaria. Se cubren con agua y se dejan hervir hasta que estén tiernas.

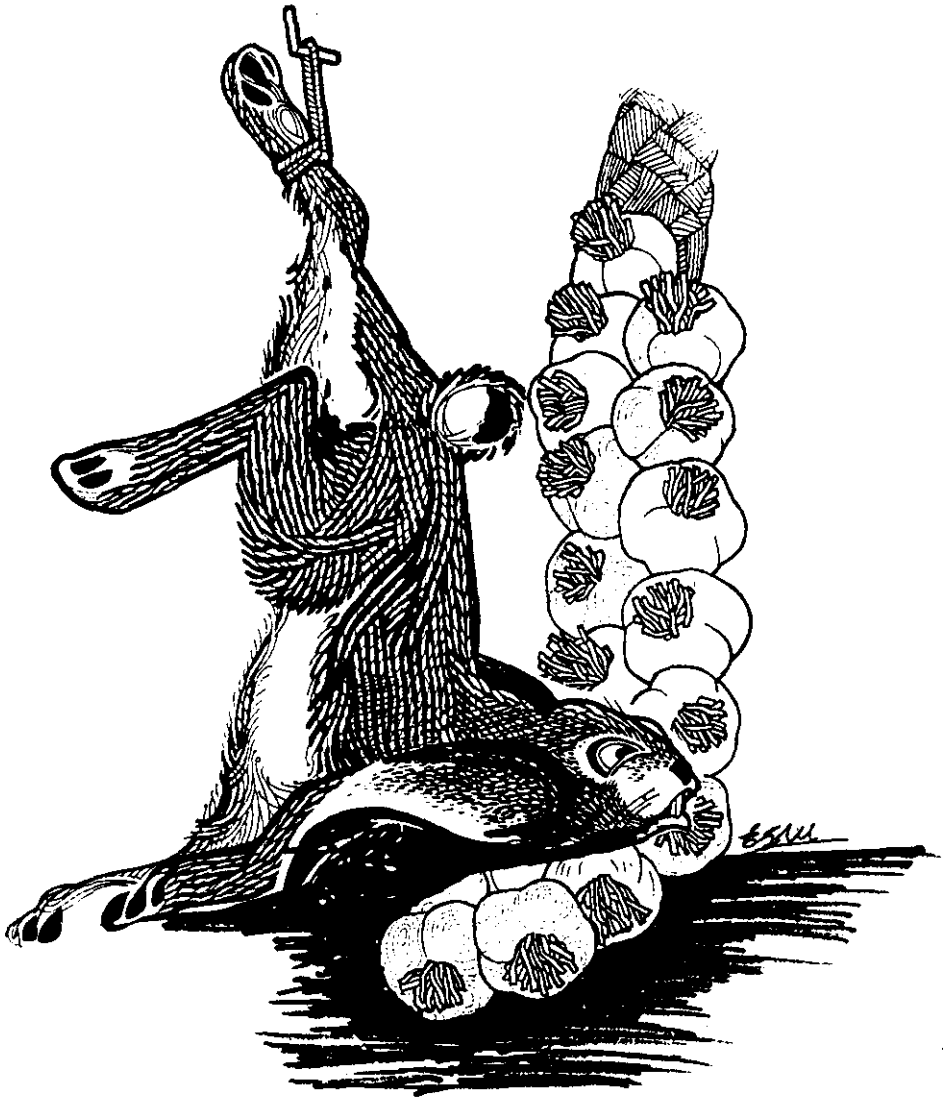
Entonces se apartan del fuego, se les agrega el vinagre, se quitan los ajos y se guardan en tarros de cristal, repartiendo el líquido entre los botes. Se dejan enfriar y se tapan, hirviendo los botes al baño maría para que no fermenten.

PERDICES GRAN LLANURA

Se limpia y se adoba la perdiz. Se tiene uno o dos días al sereno. Pasado este tiempo se parte en trozos y se dora en el aceite, añadiéndole, una vez dorada, cebolla, perejil picadito y pimentón, rehogado en el que se ha echado un chorro de limón. Se pone a cocer, echándole caldo o agua, pero nunca en abundancia, solamente lo necesario para que no se queme.

PERDICES DE AÑO

Limpias las perdices, se tienen en agua fresca unas cuatro horas, cambiándolas para que suelten la sangre y quede su carne blanca. Pasado este tiempo se secan con un paño. Se adoban con sal, ajo, pimienta y se bridan como los pollos. Se doran en abundante aceite. Se colocan en cacharros de barro. Se doran dos o tres dien-



tes de ajo por cada pieza, una hoja de laurel y una cucharada de limón o de vinagre de vino se echa con las perdices, se cubren de aceite y se ponen a cocer. Una vez cocidas y bien frías pueden envasarse en recipientes de cristal o dejarlas en el puchero de barro, siempre bien cubiertas del aceite en que cocieron y tapadas perfectamente.

PERDICES AL LECHAZO

Una vez limpias las perdices, se untan de mantequilla, se espolvorean con sal y se riegan con zumo de limón por dentro. Se cubren con lonchas finas de tocino y se brindan como los pollos. Se rehogan en aceite abundante y caliente y cebolla picada. Se cubren con leche y se dejan cocer hasta que estén tiernas y la leche se haya evaporado.

Perdices de preparación originaria del Real.

CONEJO AL PISTO

Se limpia un conejo y se trincha. Se pone aceite suficiente en la sartén como para rehogar los trozos de conejo hasta que se doran. Una vez fritos se ponen en una cacerola y se reservan.

En la grasa que quedó en la sartén se fríe una cebolla picada en filetes delgados y largos. Cuando empiecen a separarse los trozos, se añaden cuatro pimientos cortados en tiras menudas, luego un cuarto kilo de calabacines en pequeños dados muy pequeños. Cuando está todo rehogado se agrega un kilo de tomates pelados y muy partido.

Toda esta sartenada se vuelca sobre el conejo, se añade sal y se pone a cocer lentamente, hasta que quede casi seco. Se debe servir en la misma cazuela.

CONEJO EN ESCABECHE

Se limpian y despedazan dos conejos, refriendo los trozos en aceite para dorarlos superficialmente. Según se van friendo se colocan en una olla y cuando estén dorados se cubren con vina-

gre y vino blanco, a partes iguales; se les añade laurel, pimienta en grano, unos clavos de especia y sal.

En el aceite en que se frieron se doran unos dientes de ajo y se vuelven a añadir ajos y aceite al guisote; se deja hervir hasta que el conejo esté tierno, teniendo en cuenta que el vinagre ablanda mucho la carne y que es preferible dejarle un poco entero. Se retira del fuego y se deja enfriar sin sacarlo del caldo.

Una vez frío, se sacan las tajadas, que se colocan en una orza, el caldo se cuele por un colador y se hierve. Después se retira y se deja enfriar. Cuando esté bien frío, se añade el conejo, procurando que cubra bien los trozos. Debe quedar encima una capa de aceite de un centímetro de espesor. Si no hubiera bastante caldo se añadirá vino y vinagre, hirviendo todo junto. Si faltara aceite puede agregarse sin necesidad de hervirlo con el escabeche. Se agregan por último unas hojas de laurel, unos granos de pimienta y algún clavo, ya que los anteriores se quedaron en el colador. Si al comerlo quedase demasiado fuerte se le corregiría el sabor añadiéndole unos terrones de azúcar, pero nunca se rebajará con agua.

CONEJO A LA GUARDESA

Después de limpios un par de conejos se trocean en cuatro las extremidades y el cuerpo en ocho. Es conveniente tenerlos sumergidos en aceite batido con un poco de vinagre y sal durante una hora; pero si esto no fuera posible, al cocerlos se añadirán al caldo cuatro cucharadas de aceite y una de vinagre. En un caso u otro se agregan las cebollas partidas, tres o cuatro hojas de laurel, tomillo, orégano y se sazona todo con sal y pimienta.

La cocción debe hacerse en cacharro de barro, que se mantendrá tapado colocando entre el puchero y la tapa un papel de estraza o un paño. Deberá cocer muy despacito y cuando esté en su punto se apartará en un lugar donde no se enfríe. Para servirlo se ponen los trozos en una fuente; encima se echa el caldo sobrante, quitándole las hierbas y conservando las cebollas. Después, a manera de adorno, se colocan las aceitunas negras del país, de las llamadas de temporada.

Se puede acompañar de unas tiernas cebolletas crudas y mojadas en vinagre.

CONEJO EN TO-CRUO

En una olla de tamaño adecuado se ponen por capas, la cebolla cortada en rodajas, cuatro pimientos cortados en cuatro pedazos cada uno, los conejos (dos) trinchados a trozos, una hoja de laurel, una cucharada pequeña de pimentón picante, cuatro hebras de azafrán y si las hay, las judías verdes limpias.

Se cubren todo con agua (de litro y medio a dos litros) y se pone al fuego; cuando vaya a hervir se espuma, se le pone sal y el aceite crudo y se deja hervir despacio. Media hora antes de comer, se prueba el punto de sal y se el caldo se hubiera consumido se añade agua.

Para sacar el caldo, se toma la olla con una mano y con la otra se sujeta la tapadera. Se inclina la olla y se vierte el caldo en una sopera; se añaden unas rebanadas de pan y se sirve como sopas.

El segundo plato lo constituyen los restantes componentes del guiso, que a veces se acompaña con una sartenada de tomate frito.

Las judías verdes pueden sustituirse por patatas que se añaden a la olla una hora antes de comer.

CONEJOS EN ADOBO

Se limpian un par de conejos y se tienen en adobo, según la fórmula ya reseñada anteriormente, durante doce o catorce horas. Se revuelve y se impregna bien la carne del adobo y poniéndolo en una cazuela se deja toda la noche. En la misma cazuela donde ha estado en adobo se pone a aguisar rociándolo de aceite; más tarde se agrega caldo o agua para que termine la cocción, tapándolo muy bien, moviendo la cazuela de vez en cuando, sin removerlos.

Se sirven en su salsa, sin colar.

CONEJO DE DONCELLA

Limpios y pasados toda la noche en adobo, un par de conejos debidamente troceados, se doran en manteca fresca de cerdo y

aceite en partes iguales, añadiendo un poquitín de cebolla picada finamente, una copa de coñac y un polvito de pimienta, se agrega un poco de caldo y se deja cocer.

Para servirlo, la salsa se pasa por el colador; puede espesarse con yemas. Se vierte sobre las carnes.

CONEJO AL AJILLO

Se trocea en pequeños trozos un conejo joven, dándole un pequeño corte transversal a la cabeza con el objeto de sacar fácilmente el seso.

Se rehogan a fuego muy lento, evitando así arrebatar y por tanto endurecer la carne.

Una vez frito, se saca en una fuente y en el mismo aceite, se sofríen siete u ocho dientes de ajo sin pelar y una guindilla, una vez dorados se separan los ajos y la guindilla y se vuelve a incorporar el conejo a la grasa, añadiéndoles inmediatamente el machado de cinco dientes de ajo, una ramita de perejil, sal y tomillo. Se deja sofreír todo por espacio de unos minutos y se le añade un buen vaso de vino blanco manchego. Tras dejarle dar un hervor a todo el cocinado, estará listo para servir.

Es muy importante calentar el vino blanco antes de incorporarlo al conejo.

LIEBRE CON JUDIAS

Se limpia la liebre y se parte en trozos, que se colocan en un puchero de barro, añadiéndole en crudo un par de cebollas cortadas finamente, un par de ajos, una hoja de laurel, un vaso de vino blanco, el aceite, el vinagre en poca cantidad y una ramita de tomillo, poniéndolo todo a cocer a fuego lento hasta que la liebre esté tierna.

Aparte se habrán cocido las judias, puestas previamente en remojo durante la noche anterior. Una vez en su punto, se agregan a la liebre y se deja hervir todo junto durante unos veinte minutos. Un poco antes de servir el plato, se les añade una guindilla picada en trocitos y se deja que dé un último hervor.

En el primer sofrito hay zonas en las que se les añade una cucharada de pimentón picante en sustitución de la guindilla del último hervor.

LIEBRE A LA CAZADORA

Se limpia bien la pieza, recogiendo la sangre, que se deslie en agua caliente salpimentada. La carne se corta en trozos y se rehoga en la manteca. Una vez rehogada se pasa a otra cazuela de buena cabida y se pone a cocer añadiendo la cebolla finamente picada, los tomates también picados, despojándolos previamente del pellejo, seis o siete dientes de ajo machacados, perejil, una hoja de laurel y un poco de canela.

Se añade, además para la cocción la sangre desleída y un vaso de vino tinto, todo ello debidamente sazonado con sal y pimienta.

Se le deja cocer hasta que esté en su punto. El caldo quedará muy reducido.

No debe olvidarse que la carne de liebre se quema o se pega con gran facilidad, por lo que el guiso debe moverse con frecuencia.

Este plato es muy solicitado por la zona de Pelahustán donde le dan un punto muy especial.

LIEBRE AL GAÑAN

Una vez pelada la liebre y limpia, se adoba con sal, ajo, perejil, machacado en el mortero. Se deja en este adobo un par de días.

Se toman medio kilo de habas secas y se ponen de remojo durante una noche. Pasado este tiempo se prepara un caldo con agua fresca, no demasiada, unos trozos de cebolla, un diente de ajo, perejil, una hoja de laurel, un hueso de vaca y un cuarto de kilo de carne de vaca, una punta de jamón, hierbabuena y tomillo.

Las habas se ponen a cocer en poca agua hirviendo, sazonada con ajo, cebolla, perejil y laurel, sin ponerles sal. Se dejan cocer hasta que estén casi hechas.

La liebre en trozos, se rehoga en aceite caliente y se pone a cocer en el caldo. Cuando la liebre esté casi cocida se le unen las

habas para que terminen e de cocer juntas, sazonándolo con sal. No debe tener más caldo que el justo, para que no se queme.

Para servirlo se separarán los huesos, carne de vaca, jamón, ajo, laurel, et., procurando que queden tan sólo las habas y la liebre.

BIOGRAFIA

Enrique García-Moreno Amador, nace en Agüimes (Las Palmas de Gran Canaria) el 21 de Abril de 1942. Tras estudiar el bachillerato en los Hnos. Maristas e Instituto "Santo Tomás de Aquino" de Toledo, Cursa los estudios de Magisterio en la Escuela Normal de "San Ildefonso". Ha ejercido su profesión de Maestro Nacional en Bargas, Cabañas de Yepes, Pantoja, Villaseca de la Sagra y Ocaña. Entre sus condecoraciones resalta la Cruz al Mérito Naval, Primera Clase, concedida por el Almirante Pedro Nieto Antúnez.

Ha publicado los libros "Toma de posesión" y "Diccionario Escolástico" éste último para ANPE Sindicatos de Maestros.

Varios diarios de ámbito local y nacional han publicado multitud de artículos de diferentes temas y matices. De igual manera forma consejo de redacción en periódicos profesionales, como son el caso de "EGB", "Empuje", "Mundo Farmacéutico" y Selecciones, son publicaciones donde ha colaborado con temas de enseñanza y política social.

Ha obtenido premios de poesía y novela corta, estando entre sus últimos galardones el Premio Academia Cisneros de Madrid y Bella Quiteria de Albacete.

Es Diplomado en Bromatología por Barcelona y Nutrición y Dietética Infantil. En la actualidad prepara un libro de Poemas y otro de Cuentos y Narraciones.

INDICE	Págs.
INTRODUCCION	5
LAS SOPAS	7
LAS LEGUMBRES	15
LAS VERDURAS	18
Los Cardillos	
El Pisto en sus vertientes comarcales	
Los pimientos	
La patata como alimento base.	
EL PESCADO	23
El Bacalao	
Los peces de río	
Las sardinas	
El besugo.	
LAS CARNES	30
El Cordero	
El Cerdo	
Las Aves	
La Caza.	
BIOGRAFIA	58
INDICE	59



Ultimos títulos publicados:

- 31.- *De Salamanca a Toledo con el Lazarillo de Tormes*, por Luis Rodríguez Rodríguez.
- 32.- *El Maestro Emilio Cebrián*, por Manuela Herrejón Nicolás.
- 33.- *Cerámica de Talavera. Tres tiempos para una historia*, por Angel Ballesteros Gallardo.
- 34.- *Romancero tradicional toledano*, por Juan Manuel Sánchez Miguel.
- 35.- *Toledo en la crisis del Antiguo Régimen*, por Enrique C. Molina Merchán.
- 36.- *Historia de Navahermosa*, por Ventura Leblic García.
- 37.- *Los pueblos de Toledo juran la Constitución de 1812*, por Fernando Jiménez de Gregorio.
- 38.- *El Castillo de Consuegra*, por Juan Carlos Fernández-Layos de Mier.
- 39.- *El derecho de Toledo*, por Crisanto Rodríguez-Arango Díaz.
- 40.- *Los Mozárabes de Toledo*, por Francisco de Sales Córdoba y Sánchez-Breñaño.
- 41.- *Oropesa y los Alvarez de Toledo*, por J. Manuel Gutiérrez Rodríguez, Angel Moreno Tejero y J. Manuel Hernández Piña.



De próxima publicación:

- EXTRA V.— EL TRIUNFO DE LA GRACIA SOBRE EL PECADO (Danzantes y Pecados de Camuñas), por Pedro Yugo Santacruz.

